

# VUELTA AL COLEGIO, VUELTA AL COMEDOR. ESPACIOS SEGUROS Y SALUDABLES

serunion®



En el comedor del colegio hemos instaurado un nuevo protocolo para cumplir con las nuevas normativas de seguridad y salud.

**1** Hemos desarrollado un protocolo de actuación único que ha recibido la certificación AENOR y todo nuestro personal ha recibido formación específica.

**2** Aplicamos todas las medidas para mantener el distanciamiento de seguridad y evitar el contacto.

**3** Nuestros menús están elaborados por nutricionistas y cumplen rigurosos protocolos de Seguridad alimentaria.

Visita la web del cole para más información

## RECOMENDADOR DE CENAS

COMIDA	CENA
pasta/arroz + carne	verdura + pescado
pasta/arroz + pescado	verdura + huevo
pasta/arroz + huevo	verdura + carne
verdura + carne	pasta/arroz + pescado
verdura + pescado	pasta/arroz + huevo
verdura + huevo	pasta/arroz + carne
legumbres + carne	verdura + pescado
legumbres + pescado	verdura + huevo
legumbres + huevo	verdura + carne
fruta	lácteo
lácteo	fruta

## SERVICIO DE ATENCIÓN NUTRICIONAL PARA FAMILIAS

902 360 030

nutricion360@serunion.elior.com

www.serunion-educa.com

### Entidades colaboradoras:



**Todas nuestras ensaladas están aliñadas con aceite de oliva virgen extra del parque natural de la Sierra Calderona**

**DERIVACIÓN/DERIVACIÓ**  
**SIN PLV**  
**SIN LEGUMINOSA**  
**SIN PESCADO BLANCO**

\*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, potenciadores de sabor o cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos.  
\*las tortillas son caseras  
\*Los guisos y legumbres de este menú no se cocinan con fiambres ni embutidos.  
\*Las cremas, purés y salsas no contienen leche, nata o cualquier otro derivado lácteo (se utilizará bebida vegetal).

\*No se utilizarán legumbres como ingrediente.  
\*Las ensaladas y las elaboraciones no llevarán soja  
\*Los platos de este menú no se cocinan con colorantes, caldos concentrados ni cualquier otro aditivo que pueda contener alérgenos.  
\*Los platos de este menú no contienen ingredientes que puedan provenir del pescado (como surimi o atún).

**VIERNES 01/ DIVENDRES 01**  
641,4Kcal - Prot:25,8g - Lip:29,3g - HC:64,8g  
 Ensalada variada  
Amanida variada  
Vichyssoise  
Vichyssoise  
Hamburguesa de ave SPLV, SS en salsa de tomate  
Hamburguesa d'au SPLV, SS en salsa de tomaca amb pèsols  
Plátano de Canarias /Plàtan de Canarias  
Pan blanco-Pa blanc

**LUNES 04/ DILLUNS 04**  
602,5Kcal - Prot:25,3g - Lip:26,9g - HC:61,5g  
 Ensalada variada  
Amanida variada  
Crema de verduras  
Crema de verdure  
Pollo con salsa de tomate  
Pollastre amb salsa de tomaca  
Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc

**MARTES 05/ DIMARTS 05**  
636,0Kcal - Prot:17,7g - Lip:32,2g - HC:64,9g  
 Ensalada variada  
Amanida variada  
Estofado de verduras  
Estofat de verdure  
Tortilla paisana con jamón serrano  
Truita paisana amb pernil  
Fruta ECO-Fruita ECO  
Pan blanco-Pa blanc

**MIÉRCOLES 06 / DIMECRES 06**  
627,4Kcal - Prot:26,9g - Lip:27,1g - HC:62,1g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Arroz a la cubana  
Arròs a la cubana  
Pescado fresco de lonja azul  
Peix fresc de llotja blau  
Fruta de temporada-Fruita de temporada/  
Pan integral/Pa integral

**JUEVES 07/ DIJOURS 07**  
602,9Kcal - Prot:24,5g - Lip:24,0g - HC:62,9g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Guisado de patata y verduras  
Guisat de creïlla i verdure  
Carrillada de cerdo estofada con patatas  
Galta de porc estofada amb creïlles  
Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc

**VIERNES 08 / DIVENDRES 08**  
664,6Kcal - Prot:23,5g - Lip:31,5g - HC:69,2g  
 Ensalada variada  
Amanida variada  
Pasta con salmón  
Pasta amb salmó  
Salchichas vegetales con pisto  
Salxixtes amb samfaina  
Plátano de Canarias /Plàtan de Canarias  
Pan blanco-Pa blanc

**LUNES 11/ DILLUNS 11**  
621,3Kcal - Prot:28,9g - Lip:24,5g - HC:69,0g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Pasta de verduras  
Pasta de verdure  
Hamburguesa de pollo  
Hamburguesa de pollastre  
Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc

**MARTES / DIMARTS 12**  
**FESTIVO**  
**FESTIU**

**MIÉRCOLES 13/ DIMECRES 13**  
604,2Kcal - Prot:31,2g - Lip:16,1g - HC:77,6g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Arroz de verduras  
Arròs de verdure  
Palometa al limón con verduras de temporada  
Palometa a la llima amb verdure de temporada  
Fruta ECO-Fruita ECO  
Pan integral/Pa integral

**JUEVES 14/ DIJOURS 14**  
609,4Kcal - Prot:14,8g - Lip:17,6g - HC:94,9g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Crema de calabacín  
Crema de carabaseta  
Tortilla de patata con tomate natural  
Truita de creïlla amb tomaca natural  
Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc

**VIERNES 15 / DIVENDRES 15**  
625,9Kcal - Prot:24,0g - Lip:30,6g - HC:60,9g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Sopa de ave con fideos  
Sopa d'au amb fideus  
Pollo al horno con patatas gajo  
Pollastre al forn amb creïlles grilló  
Plátano de Canarias /Plàtan de Canarias  
Pan blanco-Pa blanc

**LUNES 18/ DILLUNS 18**  
618,8Kcal - Prot:25,5g - Lip:25,9g - HC:68,2g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Pasta al pesto  
Pasta al pesto  
Tortilla de queso  
Truita de formatge  
Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc

**MARTES 19/ DIMARTS 19**  
600,9Kcal - Prot:23,5g - Lip:23,1g - HC:67,0g  
 Ensalada variada  
Amanida variada  
Sopa de ave  
Sopa d'au  
Lomo empanado SPLV, SS con pisto  
Llom empanat SPLV, SS amb samfaina  
Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc

**MIÉRCOLES 20 / DIMECRES 20**  
602,8Kcal - Prot:24,0g - Lip:27,5g - HC:60,7g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Crema de calabaza ECO  
Crema de carabassa ECO  
Salmón fresco con chips de boniato SPLV, SS  
Salmó fresc amb chips de moniato SPLV, SS  
Uvas ECO/ Raïms ECO  
Pan integral/Pa integral

**JUEVES 21 / DIJOURS 21**  
605,9Kcal - Prot:22,7g - Lip:24,7g - HC:70,1g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Sopa de verduras  
Sopa de verdure  
Pollo al horno con mazorca de maíz  
Pollastre al forn amb panotxa de dacsa  
Fruta de temporada-Fruita de temporada/Pan blanco-Pa blanc Pa integral

**VIERNES 22/ DIVENDRES 22**  
622,3Kcal - Prot:34,8g - Lip:27,8g - HC:35,6g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Arroz con secreto y setas  
Arròs amb secret i bolets   
Tortilla con brócoli  
Truita amb brócoli  
Plátano de Canarias /Plàtan de Canarias  
Pan blanco-Pa blanc

**LUNES 25/ DILLUNS 25**  
620,1 Kcal - Prot:25,6g - Lip:22g - HC:72,5g  
 Ensalada variada  
Amanida variada  
Rollito de jamón serrano  
Rotllet de pernil  
Arroz de costillas y coliflor  
Arròs de costelles i coliflor  
Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco-Pa blanc

**MARTES 26/ DIMARTS 26**  
602,8Kcal - Prot:26,5g - Lip:19,1g - HC:55,6g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
stofado de verduras  
Estofat de verdure  
Tortilla de patata  
Truita de creïlles  
Fruta de temporada-Fruita de temporada Pan blanco/Pa blanco

**MIÉRCOLES 27 / DIMECRES 27**  
614,8 Kcal - Prot:27,7g - Lip:23,6g - HC:67,8g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Fideua de verduras  
Fideua de verdure  
Salchichas con pisto  
Salxixtes amb pesto  
Fruta de temporada-Fruita de temporada/  
Pan integral/Pa integral

**JUEVES 28/ DIJOURS 28**  
624,6Kcal - Prot:19,6g - Lip:24,0g - HC:81,1g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Crema de zanahorias  
Crema de carlota  
Pizza casera SPLV, SS con verduras  
Pizza casera SPLV, SS L amb verdure  
Fruta ECO-Fruita ECO  
Pan blanco-Pa blanc

**VIERNES 29 / DIVENDRES 29**  
602,5Kcal - Prot:26,4g - Lip:24,7g - HC:65,5g  
Ensalada variada  
Amanida variada  
Tallarines con verduras  
Tallarines amb verdure  
Pastel de verduras SPLV, SS  
Pastís de verdure SPLV, SS  
Plátano de Canarias /Plàtan de Canarias  
Pan blanco-Pa blanc